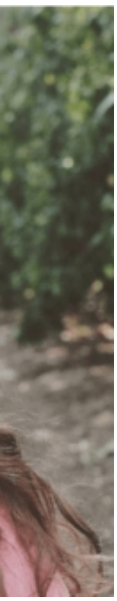
אנה זוהר - מטפלת בפסיכותרפיה ברעננה ובאונליין



רעננה

טלפון: 072-2285616
אנה זוהר - טיפול רגשי - טיפולי פסיכותרפיה אינטגרטיבית, מיינדפולנס, גישור משפחתי, טיפול פרטני ומשפחתי. מטפלת בעלת ניסיון של מעל ל- 10 שנים.אנה מטפלת ומייעצת במגוון נושאים ובעיות כמו טיפול רגשי, טיפול בטראומה ובטראומה מורכבת, טיפול באבל, אובדן ושכול, טיפול בתהליכי פרידה וגירושין, קשיבות וחמלה, טיפול וגישור משפחתי במשפחות החוות פרידה וגירושין ובמשברים משפחתיים שונים, ליווי רגשי לילדים ולהורים.חדש! טיפול ויעוץ מרחוק במגוון נושאים
מוזמנים לפנות אלי לשיחת היכרות - ללא עלות!
זמן פגישה: 50 דקות.מהי פסיכותרפיה אינטגרטיבית?
פסיכותרפיה אינטגרטיבית משלבת בין גישות טיפוליות שונות כמו CBT, טיפול דינמי וטכניקות גוף-נפש, כדי לתת מענה מקיף לקשיים רגשיים ולעודד תקשורת בריאה במערכות יחסים. היא לא מתמקדת רק בסימפטומים, אלא חופרת לעומק כדי להבין את שורש הבעיה - בין אם זה חרדות שמשפיעות על הזוגיות, קונפליקטים עם הילדים או תבניות התנהגות שחוזרות על עצמן. הטיפול האינטגרטיבי מציע כלים מותאמים אישית. למשל, שילוב של טכניקות הרגעה מטיפול קוגניטיבי-התנהגותי (CBT) יחד עם שיחות מעמיקות על חוויות מהעבר. הטיפול המשולב יכול לעזור לכם לזהות דפוסים אוטומטיים ולשנות אותם. בנוסף, השיטה שמה דגש על חיזוק המשאבים הפנימיים שלכם, כך שתוכלו להתמודד טוב יותר עם אתגרים בחייכם הפרטיים, בזוגיות או בהורות.לימודים:
האקדמית ת"א יפו, מכון שילוב לפסיכותרפיה, מכון מפרשים לפסיכותרפיה, מרכז מיכל דליות הנחיית הורים.לשאלות נוספות, התייעצות, הזמנת טיפול או קביעת פגישה אישית, צרו עימי קשר טלפוני. בנוסף, ניתן לפנות אלי בכל שעה באמצעות טופס יצירת הקשר.

[לפרטים מלאים ויצירת קשר]